



Persönlichkeitstraining: Mit Charisma punkten

Überzeugend und gewinnend Auftreten

Anspannung und Unsicherheit, die von anderen wahrgenommen werden, können uns unnötig hemmen und vielleicht sogar um den verdienten Erfolg bringen. Mit der Embodiment-Methode lernen Sie eine Technik kennen, mit der Sie Ihre Ausstrahlung im beruflichen und privaten Bereich optimieren, indem Sie die ständige Wechselwirkung von Körper und Psyche in Einklang bringen. So erzeugen Sie die gewünschte körperliche Ausstrahlung für ein selbstbewusstes, überzeugendes und gewinnendes Auftreten.

Nächste Durchführungen

Mittwoch, 19. Juni 2024 in Zürich

Dienstag, 5. November 2024 in Zürich

Beschreibung

Ihr Praxis-Nutzen

- Sie erkennen die Zusammenhänge zwischen innerer und äusserer Haltung, dank einfachen Übungen zur Wechselwirkung von Körper und Psyche.
- Sie erleben, wie Sie Ihren Körper für persönliches Selbstmanagement nutzen und Ihnen ein überzeugender, authentischer Auftritt gelingt.
- Sie erfahren, wie Sie eine unerwünschte psychische Verfassung, wie Unsicherheit oder Stress, mit Hilfe Ihrer körperlichen Ressourcen vermeiden.
- Sie erarbeiten im Rahmen Ihrer persönlichen Konstellation, wie Sie auch in schwierigen Situationen einen kontinuierlichen Zugang zu Ihren Stärken erlangen

Inhalte des Seminars

- Charisma: was braucht es für einen gelingenden Auftritt?
- Embodiment: wissenschaftliche Grundlagen der Wechselwirkung von Körper und Psyche
- Somatische Marker: eigene Körpersignale erkennen und interpretieren
- Die innere Haltung entspricht der äusseren Haltung: Zugang zu den eigenen Ressourcen herstellen
- Das eigene Thema: in welcher Situation möchte ich anders auftreten, mich sicher und kompetent fühlen
- Selbstmanagement: durch gelingende Selbstregulation gezielt das volle Potential der eigenen Möglichkeiten ausschöpfen
- Transfer-Vorbereitung: neue Erkenntnisse aus der psychologischen Forschung helfen dabei, das Gelernte im

Details

Bestätigung/Zertifikat
Teilnahmebestätigung

Typ
WEKA-Seminar **1 Tag**, 09.00-16.30
Uhr (Welcome-Kaffee ab 8:30 Uhr)

Veranstalter
WEKA Business Media AG

Inbegriffen
Digitale Dokumentation,
Mittagessen, Pausenverpflegung

Zielgruppe
Geschäftsführer, Personen mit
Führungsaufgaben

Referent/innen
Ulrike Seminati

Veranstaltungsort
Zentrum für Weiterbildung,
Schaffhauserstrasse 228, 8057
Zürich ([Lageplan/Routenplaner](#))

Preis
CHF 940.00

Alltag gelingend umzusetzenielgruppe

Zielgruppe

Führungs- und Fachkräfte aller Stufen.

Das ist im Seminarpreis inbegriffen

Der Seminarpreis versteht sich inklusive Mittagessen, Getränke, Pausenverpflegung, Seminarunterlagen und Zertifikat.

Anmeldung

Melden Sie sich jetzt schnell und einfach an auf:
<https://www.seminar-portal.ch/persoenlichkeitstraining-charisma.html>

